Übung 20 Sesam öffne dich

Die Schülerinnen und Schüler erfahren im geschützten Rahmen, was es bedeutet, innerhalb oder außerhalb einer Gruppe zu sein. Ihnen wird damit eine Alltagserfahrung bewusst, die täglich in Schulklassen gemacht, aber oft nur unzureichend aufgearbeitet wird.

Diese Übung eignet sich zur Vorbereitung für die Arbeit in Kleingruppen.

Überblick

Dauer	30–45 Minuten
Methode	Rollenspiel mit Selbsterfahrung
Material	–

Dreischritt bei gruppendynamischen Übungen

1	Vorgespräch
2	Durchführung
3	Abschlussgespräch

1 Vorgespräch

Verhaltensregeln

Beispielformulierung:

– *„Was müssen wir beachten, damit alle bei dieser Übung etwas lernen können?“*

Beispiele für mögliche Antworten:

– „Wir nehmen die Übung ernst.“

– „Wir halten uns an die Spielregeln.“

Inhalt

Vorbereitung

Überlegen Sie sich eine Einteilung für Kleingruppen mit ca. vier Personen.

Beschreibung

Es gibt drei Durchgänge, bei denen jeweils ein einzelnes Kind freiwillig vor die Tür geht.

Nach jedem Durchgang gibt es eine Auswertung und abschließend noch ein Klassengespräch zum Thema „Arbeit in Kleingruppen“.

Beispielformulierung:

– *„Wir machen jetzt eine Übung, in der wir spüren können, wie es sich anfühlt, ausgegrenzt zu werden. Dazu geht jeweils ein Kind freiwillig vor die Tür und die restliche Klasse überlegt sich ein „Sesam öffne dich!“* **(Bedeutung muss ggf. erläutert werden. Beispiel: Es wird nach einer verbalen oder nonverbalen Handlung gesucht, um in einer Gruppe aufgenommen zu werden)**. *Deine Aufgabe ist es dann, dieses ‚Sesam öffne dich!‘ durch Ausprobieren herauszufinden, um in die Gruppe aufgenommen zu werden. Es kann ein Wort oder eine Berührung sein. Wenn du nicht mehr magst, kannst du aufhören und dann besprechen wir den Durchgang. Insgesamt wird es drei Durchgänge geben.“*

2 Ablauf

1. Durchgang

Die Klasse steht im Kreis.

Freiwillig geht ein Schüler oder eine Schülerin hinaus.

Die restliche Klasse denkt sich ein Wort oder eine Berührung (es sollte nicht zu schwer, aber auch nicht zu leicht sein) als *„Sesam öffne dich!“* aus, die die Person außerhalb aussprechen oder ausführen muss, um in den Kreis aufgenommen zu werden.

Das Kind vor der Tür wird noch einmal entsprechend instruiert. Dann probiert es so lange Worte und Berührungen aus, bis sie eingelassen wird oder abbricht, wenn es nicht mehr mag. Die Kinder im Kreis dürfen auf die Versuche reagieren.

Auswertung

Zunächst soll, das Kind, welches vorher draußen war und probiert hat in den Kreis zukommen, einen wertschätzenden Applaus bekommen und dadurch gestärkt werden.

Die Person wird somit wieder emotional in die Gruppe aufgenommen und darf als erste über ihre Gefühle und Gedanken (Ärger, Trotz, Aggression, Resignation usw.) während der Übung sprechen.

Dann können die anderen Schülerinnen und Schüler ihre Gefühle und Gedanken während der Übung äußern.

Beispielformulierung:

– *„Was war schwierig? Was hat Spaß gemacht?“*

2. Durchgang

Die Klasse steht im Kreis und ein Kind verlässt diesen freiwillig.

Wieder wird ein Signal als *„Sesam öffne dich!“* abgemacht.

In dieser Runde sollen aber Blickkontakt und andere Reaktionen auf die Bemühungen der Außenperson unterbleiben. Die Person probiert so lange Worte und Berührungen aus, bis sie eingelassen wird oder abbricht, wenn sie nicht mehr mag.

Auswertung: ➜ **siehe 1. Durchgang**

3. Durchgang

Wieder geht ein Kind freiwillig aus dem Raum.

Diesmal teilen Sie die Klasse in Kleingruppen auf. Diese sollen sich angeregt miteinander unterhalten.

Sobald die „Außenseiterin“ Kontakt aufnehmen will, drehen sich die anderen weg oder gehen zu anderen Personen. Die Person draußen soll versuchen mit einer Gruppe in Kontakt zu kommen und aufgenommen zu werden.

Auswertung: ➜ **siehe 1. Durchgang**

Varianten

Möglich wäre auch, mit dem 1. Durchgang zu beginnen und mehrere Kinder nacheinander diese Erfahrung machen zu lassen. Die weiteren Durchgänge könnten zeitversetzt zur Auffrischung bzw. Vertiefung durchgeführt werden.

Hinweis: Kinder, die ohnehin Probleme haben Anschluss zu finden sollten keinesfalls hinausgeschickt werden! Diese können als Teil der Klasse miterleben, wie andere Kinder in solchen Situationen reagieren. Die Auswertung darüber, wie es einem „draußen“ geht und was man tun kann, um aufgenommen zu werden, kann für sie und die anderen hilfreich sein.

3 Abschlussgespräch

Mögliche Fragen zum Ablauf:

– *„Wurden die Regeln eingehalten?“ (Daumenprobe)*

Mögliche Fragen zum Inhalt der Übung:

– *„Wie geht es dir, wenn…*

- *… jemand Neues in die Gruppe möchte?“*
- *… du in eine Gruppe möchtest?“*
- *… du ignoriert wirst?“*
- *… du abgelehnt wirst?“*
- *… du zum Teil der Gruppe wirst?“*

Mögliche Fragen zum Schluss:

„In der Schule und in anderen Situationen im Leben bekommt man manchmal Aufgaben in Kleingruppen. Nicht immer kann man sich aussuchen, mit wem man in einer Kleingruppe arbeitet. Wir haben nun erlebt, wie verletzend es sein kann, in einer Gruppe nicht willkommen zu sein. Deswegen möchte ich jetzt gerne eure Ideen hören, wie wir Kleingruppenarbeit so gestalten können, dass es allen gut geht.“

Beispiele: alle arbeiten gleichermaßen mit, ein gemeinsames Ziel verfolgen, einander aufmerksam zuhören, Streit konstruktiv klären usw.

Diese Ideen werden auf einem Plakat gesammelt und gut sichtbar im Klassenraum aufgehängt. Bei Bedarf können einzelne Punkte besprochen und ggf. gezielt geübt werden.